

Peter
Lauster

Der Sinn des
Lebens



»Nichts ist mir zu klein und ich lieb es trotzdem
und mal es auf Goldgrund und groß,
und halte es hoch,
und ich weiß nicht wem löst es die Seele los . . .«

Rainer Maria Rilke

EINLEITUNG

Dieses Buch möchte den Sinn des Lebens nicht belehrend vermitteln. Es möchte vielmehr ein Impulsgeber sein und zum Nachdenken und Lauschen anregen. Denn es wird in diesem Buch um das Seelische gehen, um »Innerlichkeit«, jene »Innerlichkeit«, die von vielen kritisch-ironisch als »neue Innerlichkeit« oder gar als »verquaste Innerlichkeit« oft abgetan wird. Es verursacht mir jedesmal einen geradezu körperlichen Schmerz, wenn ich dieser Abwehrhaltung in Gesprächen, Diskussionen oder Artikeln begegne.

Man lehnt damit - und das ist jenen kritisch-ironischen Zeitgenossen gar nicht bewußt - die Tiefe der eigenen Gefühle und somit sich selbst ab. Das bedeutet, daß die Wirklichkeit, die aus dem Inneren der Gefühle und des Empfindens kommt, lächerlich gemacht wird. Es ist eine Abspaltung vom Selbst und eine Hinwendung zur vermeintlichen »Objektivität« der Fakten. Das aber bedeutet, daß man sich am Äußeren orientiert, ihm die vorrangige Bedeutung einräumt und sich dabei vom eigenen Inneren distanziert, als wäre es etwas Nebulöses, Unakzeptables - ja »Schmutziges«. Die Prüderie der Sexualität gegenüber haben wir, so glauben wir wenigstens, durch die Aufklärung in den sechziger und siebziger Jahren (in weiten Teilen) überwunden. Aber eine Art Prüderie der Psyche gegenüber wird als Verdrängungsproblem von vielen gar nicht erkannt.

Wir werden uns in diesem Buch deshalb ganz konsequent mit dem Seelischen beschäftigen. Es soll uns ruhig heiß und kalt dabei werden - Ängste dürfen auftauchen und sollten ausgehalten werden. Die Ironie der psychoprüden Intellektuellen, die von »verquaster Innerlichkeit« sprechen, werden wir links liegen lassen.

Für den »Sinn des Lebens« sind üblicherweise Philosophie und Theologie zuständig. Man erwartet ein Buch mit diesem Titel von einem Philosophen oder Theologen mit verbindlichen Aussagen zu den »letzten Fragen des Menschseins«. Ich möchte deshalb sofort solche schwergewichtigen Erwartungshaltungen abbauen. Ich werde keine abstrakten philosophischen oder

theologischen Probleme theoretisch erörtern, denn es geht mir darum, ein realitätsbezogenes Buch zu schreiben, das einen lebendigen Bezug zur seelischen Wirklichkeit deutlich macht. Zwar werden dabei auch Erlebnisse berührt, die »ins Religiöse« gehen, die aber dennoch nichts mit Theologie zu tun haben. Wir wollen vielmehr - unabhängig von theologischen Glaubensfragen - gemeinsam betrachten, wie wir in der Gegenwart leben, wie lebendig, aber auch unlebendig dieses Leben sein kann.

Ich schreibe dieses Buch auch nicht als eine Art »Guru«, der eine besondere Lehre vermitteln will. Ich stelle mich also nicht auf das Podest eines Lehrers, der ein »neues System« verkündet, dem jeder zu folgen hat. Ich sehe mich in meiner Eigenschaft als Psychologe und Autor auch nicht als einen »Weltverbesserer«, der mit missionarischem Eifer den Leser, gar die Gesellschaft »verbessern« will - niemand soll zu etwas bekehrt werden, denn ich stelle weder Dogmen auf, noch vertrete ich eine philosophische, psychologische oder theologische Schule. Dennoch bin ich keineswegs »richtungslos«, wie das Buch zeigen wird, aber es geht dabei um kein Lehrsystem, um keine politische oder sektiererische Richtung. Ich versuche nur, bewußt zu machen, was jeder, wenn er will, selbst nachprüfen kann.

Wenn ich sage, ein rechts angestoßenes Pendel schwingt von rechts nach links und wieder zurück, bin ich keine Autorität (im Sinne eines Verkünders der Wahrheit), denn es handelt sich um eine einfache Tatsache. Eine solche Tatsachenfeststellung spricht für sich selbst; sie bedarf keiner Autorität, die sie missionarisch verkünden muß. Aufgestellte Behauptungen hingegen (ob sie Wahrheit sind oder nicht) soll der Leser selbst prüfen; er wird nicht dazu aufgefordert, etwas »zu glauben« oder zu übernehmen.

Meine Erfahrung als Psychologe hat mir gezeigt, daß viele gar nicht selbst sehen und prüfen wollen, sondern sich lieber einer Autorität anvertrauen: »Sage mir, wie es ist, interpretiere mir die Welt, und ich schließe mich (vielleicht) an.« Es geht in diesem Buch nicht darum, sich auf den Autor als »Sinngerber« zu verlassen, sondern darum, in die eigenen Unsicherheiten und Konflikte selbst aktiv hineinzugehen. Wollen Sie auf diesem Weg mitkommen, selbständig denkend, fühlend und erkennend, ohne

nachzufolgen? Dann wäre das der erste Schritt zum Sinn des Lebens, der sich in jedem Menschen individuell verwirklichen will.

Ich höre mitunter den Einwand: »Erklären Sie damit nicht Ihre Aussagen für unverbindlich und wollen sich so aus der Verantwortung stehlen, indem Sie an jeden einzelnen sozusagen den >Schwarzen Peter< zurückgeben?« Die Verantwortung für sein eigenes Leben hat jeder nur für sich selbst. Eine Aufforderung zur Nachprüfung ist daher niemals ein »Schwarzer Peter«. Diese Verantwortung bleibt ja immer beim einzelnen. Das wird sich durch dieses Buch nicht ändern.

Alles, was ich im folgenden schreibe, ist nachprüfbar, und keiner wird aufgefordert, blind zu folgen. Ich sage, schau dir das an, betrachte aufmerksam, es lohnt sich, mache dir deine eigenen Gedanken darüber. Die Aufgabe dieses Buches besteht also darin, das Seelische zur Sprache zu bringen, darauf hinzuweisen und die Energie zu wecken, wirklich bewußt zu betrachten, zu lauschen, zu fühlen und dabei selbst zu erfahren.

ERSTES KAPITEL



Die Mythen vom Sinn des Lebens

»Nun meine ich nicht, daß ich mit noch so häufigem Rufe das Aufstehen erzwingen würde, wenn nicht die Zeit zum Aufstehen wirklich da wäre; aber das Aufstehen muß bald kommen, auch wenn ich gar nicht rufe; ich kann höchstens durch meinen Ruf etwas tun, es zu beschleunigen, und tue, was ich in dieser Hinsicht vermag. Zum Ruf, der eine schlafende Welt aufwecken soll, gehört ein starker Atem; ich bin nur ein Atemzug in diesem Atem.«

Gustav Theodor Fechner

Für die Beantwortung der Sinnfragen des Lebens waren zu allen Zeiten vor allem die Religionen zuständig. Von den 4,8 Milliarden Menschen dieser Erde gehören drei Milliarden einer der fünf Weltreligionen an, dem Christentum (1,4 Milliarden), dem Islam (723 Millionen), dem Hinduismus (583 Millionen), dem Buddhismus (274 Millionen) und dem Judentum (17 Millionen). Diese fünf Religionen gehen entweder auf einen Stammvater zurück oder haben einen Begründer, und alle Religionen vermitteln unter anderem eine Lebenslehre, die »das Gute im Menschen« fördern will und ein friedliches Zusammenleben untereinander anstrebt.

Der Begründer des Judentums, Moses, verkündete: »Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.« So entsteht es in dem umfangreichen Gesetzbuch des Judentums, der Thora.

Der Begründer des Christentums, Jesus, lehrte: »Alles, was ihr wollt, daß euch die Leute tun sollen, das tut ihnen auch« (Matthäus 7, Vers 12).

Einer der Götter des Hinduismus, Krishna, offenbarte folgende Weisheit: »Sei keinem Wesen gegenüber böse gesinnt, sei gleichermaßen freundlich und mitleidvoll gegenüber Freund und Feind. «

Im Auftrag Allahs diktierte der Prophet Mohammed: »Ihr sollt den Zorn zurückhalten und den Menschen verzeihen. «

Der Begründer des Buddhismus, Siddhartha Gautama, der nach seiner Erleuchtung »Buddha« (der Erwachte) genannt wurde, lehrte: »Niemals in der Welt hört der Haß durch Haß auf, Haß hört durch Liebe auf. «

Wenn man diese fünf fundamentalen Aussagen der Weltreligionen zusammenreicht, könnte alles von einem Autor stammen: »Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst. Alles, was ihr wollt, daß euch die Leute tun sollen, das tut ihnen auch. Sei keinem Wesen gegenüber böse gesinnt, sei gleichermaßen freundlich und mitleidvoll gegenüber Freund und Feind. Ihr sollt den Zorn zurückhalten und den Menschen verzeihen. Niemals in der Welt hört Haß durch Haß auf, Haß hört durch Liebe auf.« Die Botschaft aller Religionsstifter ist in

diesem wichtigen Punkt menschlichen Zusammenlebens eine Einheit.

Und wie sieht die Realität aus? Lebt der einzelne, leben die Völker danach? In der Wirklichkeit der Geschichte und der Gegenwart unseres Alltags erleben wir das Gegenteil . . .

Lieben wir den Nächsten wie uns selbst? Wir lieben uns nicht einmal selbst, wir wollen, daß die Leute uns etwas geben sollen, aber wir geben nichts oder möglichst wenig zurück. Sind wir gleichermaßen freundlich und mitleidvoll gegenüber Freund und Feind? Dem Feind gegenüber schon mal gar nicht, nicht einmal zur Freundschaft sind die meisten fähig. Halten wir den Zorn zurück? Nicht einmal gegenüber den Menschen, die wir angeblich lieben. Verzeihen wir den anderen? Zu verzeihen gilt den meisten als eine Schwäche und nicht als eine Stärke.

Buddha formulierte ein psychologisches Gesetz; als er feststellte: »Niemals hört Haß durch Haß auf, Haß hört durch Liebe auf. « Sind wir durch diese elementare Erkenntnis - jeder als einzelner, aber auch die gesamte Gesellschaft - der Liebe näher gekommen? Haben wir durch Liebe den Haß, die Verurteilung, die Feindschaft und die Gewalt gegen Mitmenschen überwunden? Friede zwischen den Menschen als oberste religiöse Erkenntnis und als Gebot, hat er die menschliche Gesellschaft verändert? Wir müssen leider feststellen, daß das alles bis heute nicht gelungen ist.

Betrachten wir uns selbst und unsere Mitmenschen aller Nationalitäten und Rassen. Wir sind geprägt von Egoismus, Eigeninteresse, Neid, List, Intrige, Verurteilung, Angst, Gewalt und Haß. So sieht unser Alltag aus, so verhält sich jeder einzelne, und so verhält sich die Gruppe, eine Gemeinschaft gegenüber der anderen, jede Religion gegenüber einer anderen - obwohl wir, wenn wir wirklich ernst gemacht hätten mit den Aussagen der Religionsstifter in unserer übergreifend-verbindenden Mediengesellschaft, bereits einen weltreligiösen Konsens haben könnten. Davon aber sind wir weit, sehr weit entfernt.

Die Friedfertigkeit, das mitfühlende Mitleid, die Barmherzigkeit gegenüber dem Mitmenschen, die Überwindung von Haß durch Liebe zum Nächsten wie zu uns selbst, die Überwindung von Vorurteilen und von Gewaltanwendung

gegenüber dem Mitmenschen ist nicht gelungen. Nicht einmal innerhalb der kleinsten menschlichen Gemeinschaft, der Beziehung zwischen Mann und Frau (und zu ihren Kindern), ist die Botschaft der Weltreligionen in die Herzen eingedrungen. Sie hat sich nicht verwirklicht. Deshalb muß ich sagen, so unangenehm das auch für viele klingen mag, es handelt sich offenbar um ein Ideal. Das Ideal ist aber nicht die Realität.

Woran liegt es, daß das Ideal nicht real geworden ist? Wir fragen die Psychologen, die Biologen und Verhaltensforscher: Ist der Mensch zur Gewalt geboren, ist das Böse seine Natur, oder kann er tatsächlich im Alltag so leben, wie es die Religionsstifter empfehlen? Wenn es nur ein Ideal ist, dann hat das für unser praktisches Leben wenig Sinn, denn dann geht die Realität weiter - hier ist der Alltag und dort ist das Ideal. Das Ideal wird zu »etwas Schönerem und Gutem«, es wird im Tempel verehrt, mit Blumen geschmückt und mit angezündeten Kerzen dokumentiert. Wenn es jedoch kein Ideal ist, sondern eine reale Basis hat, wenn es lebbar ist, dann geht man nicht in den Tempel, sondern lebt danach. Ist das Ideal real lebbar?

Die Psychologie und Biologie haben den Menschen erforscht, vermessen und statistisch erfaßt. Eine eindeutige Antwort auf diese Fragen konnten die Humanwissenschaften bis heute nicht geben. Die Beantwortung dieser Frage entzieht sich offenbar der empirischen Forschung, wie wir sie bis heute kennen. Bei dieser letzten Frage nach dem Wesen des Menschen hat die empirisch-quantifizierende Methode versagt.

Wir fliegen zwar zum Mond (das war ein rein technisches Problem), aber wir kennen immer noch nicht unsere eigene Natur. Wir wissen auch immer noch nicht, ob die Religionsstifter recht haben oder uns nur mit einem Ideal in ein Traumgebilde des Wahren und Guten entführen wollten. Das Ideal hat offenbar keine Wurzeln geschlagen in uns selbst, es gaukelt als eine Erfindung unseres Gehirns vor unseren Augen, und wir kehren zurück in den Alltag, in den Kampf um unsere Vorteile - vergessen sind dann Liebe, Mitgefühl, Mitleiden, Barmherzigkeit, Verzeihen, Verstehen, Brüderlichkeit, Gleichheit und Freiheit. Dienen diese Begriffe nur zur Erbauung und Anbetung? Sind wir zum Frieden und zur Liebe nicht fähig? Macht das Ideal vielleicht alles nur noch verspannter und verkrampfter? Mit diesen Fragen

sollten wir uns beschäftigen und auseinandersetzen, gleichgültig, welcher Religion wir uns zugehörig fühlen. Wir sollten es gemeinsam versuchen, Sie als Leser und ich als Autor.

Ende der Leseprobe.

[Zum Download des kompletten Buches klicken Sie hier.](#)